

велика кількість підходів і відсутність шуму сприяє тренувальному процесу. Позитивною умовою фізичного вдосконалення дитини є можливість працювати в команді, особливо в тандемі «батьки-дитина».

### **Список використаних джерел**

1. Антонова Д. І. Формування емоційної прихильності дитини з аутизмом до матері в процесі холдинг-терапії. *Дефектологія*. 2010. №2. С. 3–14.
2. Аршатська О. С. Психологічна допомога дитині раннього віку при формуванні дитячого аутизму. *Дефектологія*. 2009. №2.
3. Баенська О. Р. Особливості раннього афективного розвитку аутичної дитини у віці від 0 до 1,5 років. *Альманах ІКП РАО*. 2001. №3. С. 38–56.

## **ВИКЛИКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ЗАДОВОЛЕННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ПОТРЕБ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ**

**Жара Ганна Іванівна,**

*доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри біологічних основ  
фізичного виховання, здоров'я і спорту*

**Довбиш Сергій Сергійович,**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*

Потреба українців у відпочинку і відновленні, особливо у воєнний час, набуває усе більшої критичної актуалізації. Особливо гостро ця потреба відчувається військовими, які боронять нашу країну, і ветеранами, які завершили службу у Збройних силах України, оскільки вони тривалий час виконують бойові завдання у надзвичайно стресових і важких умовах, мають значні втрати у фізичному, ментальному і соціальному здоров'ї. Одним із способів такого відновлення, а також профілактики дезадаптаційних явищ є залучення до рекреаційно-оздоровчої діяльності як загальної норми проведення дозвілля.

Мета статті – проаналізувати та узагальнити наявні рекреаційні потреби військовослужбовців та ветеранів війни, а також виклики, які постають перед сферою рекреаційних послуг в умовах воєнного стану.

Серед загальних рекреаційних потреб людини А. Гакман [2] наводить такі: соціальні, матеріальні, потреби у визнанні, у спілкуванні, у діяльності, біологічні потреби у відновленні фізичного стану, духовні потреби у самовираженні, прояві естетичних та інтелектуальних здібностей [2, с. 35]. Для ветеранів усі ці потреби є не тільки актуальними, але й більш відчутними з огляду на необхідність реадaptaції і реінтеграції в суспільство. Тому сфера організації рекреаційних послуг зміщує свою орієнтацію саме на задоволення таких потреб.

Втім на сьогоднішній день цей процес ще не набув масової підтримки у соціальній сфері, бізнесі, спортивних організаціях й закладах освіти. Переважно організацією рекреаційних заходів, зокрема, фізкультурно-спортивних, які сприяють фізичній та психологічній реабілітації ветеранів, займаються самі ветерани [3]. Інтенсивний розвиток ветеранського спорту, перемоги українських захисників на змаганнях міжнародного рівня, таких, як Invictus Games, United States Air Force Trials, Ігри Воїнів, Ігри Героїв та інших переконливо доводять перевагу фізкультурно-спортивної реабілітації як ефективного засобу відновлення фізичного і ментального здоров'я.

Водночас, з огляду на бойові дії, які наразі не припиняються, мало уваги надається розвитку інших видів рекреації, таким, наприклад, як організація рекреаційної фізичної культури в центрах за місцем проживання населення (для тих ветеранів, які не можуть переміщуватися на великі відстані, а також тих, хто проживає у сільській місцевості); фізкультурно-оздоровча та лікувально-профілактична робота в санаторно-курортних закладах, на турбазах і базах відпочинку; організація культурно-пізнавальних рекреаційних послуг (подорожі, екскурсії тощо); інтелектуальні види рекреації (адаптивні рекреаційні ігри); сімейний відпочинок тощо.

Важливими також є якість інфраструктури та узгодженість роботи надавачів рекреаційних послуг. Саме тому фахівцям фізичної культури і спорту у даному контексті бажано організувати міждисциплінарну співпрацю з фахівцями сфери громадського здоров'я, будівельного і готельно-ресторанного бізнесу, еколого-натуралістичними центрами тощо для удосконалення інфраструктурного забезпечення рекреаційних послуг на певних територіях.

Окремим питанням постає організація супроводу рекреаційної діяльності ветеранів на різних етапах реабілітації та реінтеграції. Підготовка фахівців із супроводу ветеранів і демобілізованих осіб, які можуть надавати соціальні і психологічні послуги – помічників ветеранів, їх достатня кількість і джерела фінансування їхньої діяльності на сьогоднішній день залишаються невирішеними питаннями на законодавчому рівні.

Реінтеграція членів сімей ветеранів, а також мешканців громад під ветеранський простір потребує масштабних освітніх та соціально-психологічних інтервенцій. Розробка методичних матеріалів для організації подібних інтервенцій є наразі також актуальною. Деякі приклади засобів ментального відновлення і формування психологічної резилентності у процесі рекреації наведено у наших попередніх публікаціях [4]. Однак, переважній більшості представників цільових груп необхідні фасилітатори для навчання використанню подібних засобів.

На сьогоднішній день спостерігається посилена актуалізація рекреаційних потреб військовослужбовців та ветеранів війни. Одним із ефективних засобів відновлення здоров'я та реінтеграції ветеранів є фізкультурно-спортивна реабілітація; втім не усі ветерани активно до неї

залучаються. Водночас розвиток інших видів рекреації на сьогодні ускладнений внаслідок бойових дій. Перспективами розвитку ринку рекреаційних послуг для ветеранів є подолання інфраструктурної і кадрової недостатності, розвиток широкого спектру різновидів рекреаційної активності, організація рекреаційної діяльності у громадах та центрах за місцем проживання, науково-методичний супровід і фасилітація соціально-психологічної роботи на місцях.

### **Список використаних джерел**

1. Величко В. В. Організація рекреаційних послуг : навч. посіб. ; Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Х. : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2013. 202 с.
2. Гакман А. В. Теорія та методика фізичної рекреації : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.
3. Довбиш С. С. (2023). Спортивне орієнтування як важлива складова адаптивного спорту для психологічної реабілітації військових. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності*: збірка тез доповідей III наук.-практ. конф., 1-2 грудня 2023 р. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2023. С. 56–59.
4. Жара Г. І. (2023). Рекреаційні технології ментального відновлення різних верств населення у воєнний час. *Освітні та наукові інновації у сфері біології і збереження здоров'я людини*: збірник матеріалів II Всеукраїнської наук.-практ. інтернет-конференції (Рівне, 14 грудня 2023 р.) / Упоряд.: І. О. Сяська, О. Г. Рудь, Л. В. Ойцюсь, І. М. Трохимчук. Рівне: О. Зень, 2023. С. 226–229.

## **ДЕТЕРМІНАНТИ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО І МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ, ЩО ЗУМОВЛЮЮТЬ НЕОБХІДНІСТЬ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ**

**Жеребцов Ростислав Дмитрович,**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

**Науковий керівник:** доктор педагогічних наук, професор **Корносенко О. К.**

Згідно із Законом України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні», до молоді належать громадяни віком від 14 до 35 років. Це дуже тривалий період життя, в якому активно відбуваються зрушення у стані фізичного розвитку. Зокрема завершується окостеніння скелету: до 20 років – крижових, до 25 років – шийних, грудних і поперекових хребців, до 30 років – куприкових, до 20-25 років – кісток верхніх кінцівок, до 30 років – шви черепа тощо. У жінок після 30 років